

# あおがきほつと通信



2023年

10月発行



丹波市社協スローガン ~ よりそい うけとめ ほつとかへん ~

## 9月は世界アルツハイマー月間です！！

### ♡ 9月21日は世界アルツハイマーデー♡

認知症を引き起こす病気のうち、最も多いのがアルツハイマー型認知症と言われています。特徴として、アルツハイマーは、発症者が女性に多く進行は緩やかで、記憶力や生活を実行する機能などが徐々に低下します。

2025年には、65歳以上の5人に1人が認知症になると言われています。決して、他人事ではない認知症について正しい知識を持ちましょう。そして、認知症になっても、認知症の人がいても、みんなが優しい街を目指しましょう★



### 認知症は早期発見が大切！！3つのメリット

- ① 治る病気や一時的な症状の場合もある。
- ② 認知症の進行を遅らせることができる場合がある
- ③ 今後の生活の準備をすることができる

1994年「国際アルツハイマー病協会」(ADI)は、世界保健機関(WHO)と共同で毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」と制定し、この日を中心に認知症の啓蒙を実施しています。



紹介窓口相談

認知症かも？とおもったらまずは、相談→丹波市西部地域包括支援センター 0795-82-7529

~ Syakyo's Eye ~♡

## ボランティアグループ 活動紹介

とっても暑い日でしたが、朝早くから草刈り活動、ありがとうございました。



8月 住民センター周辺の草刈り・剪定の様子



草刈り活動 カザゲルマの会



9月 青垣診療所周辺の草刈り・整備の様子





# 食欲の秋🍎スポーツの秋……

## いきいき百歳体操はじめてみませんか？



いきいき百歳体操は、地域では「いき百、百歳体操」とも呼ばれ、主に65歳以上の地域住民が集まって公民館などで週一回体操をするものです。高齢者の体操＝ゆっくり、しんどくないと思いませんか？

百歳体操は、重りを付けて体操する筋力体操です。本気でやるとしんどいです。

青垣町も各地域で毎週開催されています。（お問い合わせ：丹波市介護保険課 88-5267）

いき百会場に毎週行くことが楽しみになっている人もたくさんいます。

運動だけではなく、地域のみんなど話ができる交流の場でもあります。

食欲の秋を楽しむために、運動してみませんか？(^o^)/



遠阪地区：やまびこセンターにて、  
体操前に交通安全のお話しをされています。



神楽地区：大名草ひだまりにて  
毎回たくさんの参加者でワイワイと♪

### ほっとニュース



## 4年ぶりに

## あおがき福祉バザー開催します！！

コロナウイルスまん延防止のため中止をしておりましたが「あおがき福祉バザー」を4年ぶりに開催します。

規模を縮小して、青垣住民センター2階大会議室・活動室5をお借りして開催します。

楽しみにしていただいておりますみなさま、ぜひお買い物にお越しください。

みなさまにご提供いただく物品も、品目を決めてご依頼させていただきます。ご了承ください。

ご提供をお願いする物品：

洗濯洗剤、柔軟剤、石けん類、シャンプー、リンス、食器洗剤、各種タオル、シーツ、毛布など。  
農産物は、白米(新米古米の明記をお願いします)豆類、イモ類などの腐りにくいもの

受け入れできない物品：

食器類、電化製品、鍋、花器、民芸品など

**みなさまのご理解ご協力をお願いいたします！！**

### 第47回 あおがき福祉バザー

日時：11月25日(土)午前10時から  
正午まで(売り切れ次第終了)  
場所：青垣住民センター2階大会議室他

日頃は、丹波市社会福祉協議会の地域福祉活動並びにボランティア活動の推進にあたりたいご支援ご協力を賜っておりますこと、心から厚くお礼を申し上げます。  
さて、青垣地域のみなさまにご協力をいただいております福祉バザーを、販売品を限定しながら4年ぶりに開催いたします。

品物集めは例年同様、各自治会福祉委員さんにご協力をお願いしております。  
バザーの収益金は社会福祉協議会の地域福祉活動推進事業に活用させていただきますので、多数ご提供くださいますようお願い申し上げます。

バザー当日は、ご近所お問い合わせお越しくださいますようご案内いたします。

#### ※ご提供いただきたい品物※

日用品(洗剤、石鹸類、シャンプー、漂白剤、柔軟剤など) タオル・毛布など 農産物は米・豆類のみ  
電化製品・食器類、薬物野菜は受け付けができません。  
いずれも換金可能な新品のものを無償でご提供お願いします。  
\*品物の予約販売はいたしませんので、ご了承ください。  
\*バザー当日は買い物袋をご持参ください。  
\*当日、体調がすぐれない方は、ご連絡ください。

主催 社会福祉法人丹波市社会福祉協議会青垣支所  
協力 丹波市青垣民生委員児童委員協議会  
丹波市社協青垣支所運営協力委員会  
青垣地域福祉委員会

お問い合わせ先 丹波市社会福祉協議会青垣支所 (87-0084)

お問い合わせは 社協青垣支所 87-0084 まで

【ご連絡先】 丹波市社会福祉協議会青垣支所 TEL 87-0084  
〒669-3811 丹波市青垣町佐治114 青垣住民センター内 FAX 87-4701

よろずおせっかい相談所  
心配なことがあれば、  
気軽にご相談くださいね！